

BORDERLINE PERSONALITY DISORDER SEBAGAI IDE PENCIPTAAN KARYA SENI GRAFIS



MINAT UTAMA SENI GRAFIS
PROGRAM STUDI SENI MURNI
JURUSAN SENI MURNI FAKULTAS SENI RUPA
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA

2019

**A. Judul: BORDERLINE PERSONALITY DISORDER SEBAGAI IDE
PENCIPTAAN KARYA SENI GRAFIS**

B. Abstrak

Oleh:

Hestrini Ayu Putri Wulandari
NIM 1212276021

Abstrak

Proses berkesenian (seni grafis) menjadi salah satu cara untuk mengalihkan fokus dari kecemasan-kecemasan dan overthinking yang terkadang datang tiba-tiba dalam diri. Borderline Personality Disorder atau BPD adalah penyakit psikologis yang mengganggu kepribadian seseorang, mempunyai tanda ketidakstabilan dalam perilaku individunya baik dari segi emosi maupun perasaan. Pengalaman ini secara langsung dihadapi dan berpengaruh pada aspek kehidupan sosial. Perasaan dan emosi yang muncul disalurkan dengan menggambar, dan proses berkesenian lainnya Proses pembuatan karya grafis Etching dan Cyanotype terbukti telah menjadi solusi penanganan bagi diri dari gangguan tersebut, langkah-langkah dalam pembuatan karya menjadi proses untuk latihan disiplin dan latihan konsisten supaya lebih bertanggung jawab pada kehidupannya yang rumit. Visualisasi yang muncul dalam karya ini tidak terpaku pada simbol dan makna, akan tetapi lebih kepada pendalaman bentuk (form). Menjelajahi alam bawah sadar ketika berkarya, terkadang memunculkan bentuk-bentuk dari hasil pengolahan-rasa pada diri. Teknik Cyanotype dan Etching dirasa berhasil membuat diri lebih terkendali dari distraksi yang selalu mengganggu pikiran dan perilaku. Langkah-langkah pada pembuatan karya meningkatkan kemampuan untuk konsisten dalam menanggapi sebuah permasalahan yang sedang dihadapi. Berkesenian menghibur kepribadian yang mengalami gangguan emosi, sulitnya Menyalurkan perasaan secara verbal menjadikan proses kreatif menjadi solusi bagi penderita. Berkesenian tidak terus menerus tentang bagaimana sebuah karya itu harus mempunyai konsep yang rumit. Namun lebih ke bagaimana berkesenian itu menjadi media untuk menuangkan perasaan maupun pemikiran yang ada, konsep muncul beriringan dengan proses berkarya.

Kata kunci : Borderline personality disorder, Psikologi, Seni Grafis, Terapi seni

Abstract

Artistic process (printmaking) is one way to distract focus from solicitudes and overthinking which sometimes comes suddenly in oneself. Borderline Personality Disorder or BPD is a psychological illness that interferes with one's personality, had instability in one's individual behavior under emotional aspect or feeling. This experience was faced directly and affect in social life aspect. Feeling and emotion that emerge is channeled through drawing and other artistic process. Printmaking process Etching and Cyanotype has proven to be a solution to handle that disorder. Steps in making artworks are process to practice discipline and also consistency to reach responsibility in a difficult life. Visualizations that appear in the artworks are not fixated on symbols and meaning, more often than not accentuate on deepening of form. To explore unconsciousness when making artwork, sometimes bring up the shapes from the results of internal processing. Cyanotype and Etching technique felt succeeded in making personal self more controlled from the distractions that often disrupt mind and behavior. The steps in making artwork improve the ability to be consistent in responding to face a problem. Making art entertains emotional disturbance personality; problems in channeling feelings verbally make creative process a solution for a sufferer. Making art is not continuously about how an artwork has to have a complicated concept, but lean more into how making art becomes a media to pour existing feelings or thoughts, the concept is born together with the process of artwork making.

Keywords: *Borderline Personality Disorder, Psychology, Printmaking, Art Therapy.*

C. Pendahuluan

C.1. Latar Belakang

Pemilihan ide pada tugas akhir ini berangkat dari pengalaman penulis berdamai dan hidup berdampingan dengan gangguan kepribadian *Borderline Personality Disorder* yang diderita. Gangguan kepribadian ini terkadang muncul dan mengganggu kehidupan sehari-hari. Ketidakstabilan emosi, cemas berlebihan, anti sosial, berpikiran negatif hingga mencapai depresi menjadi permasalahan yang disebabkan dari gangguan tersebut. Dari permasalahan diatas penulis mencoba mencari tahu dan merubah pola hidup ke arah yang lebih baik, salah satunya dengan cara berkesenian, dalam hal ini proses berkesenian terutama pada seni cetak (*printmaking*) menjadi salah satu penanganan dan terapi seni bagi diri sendiri.

menyalurkan perasaan, ekspresi dan emosi kedalam karya seni dapat membantu mengungkapkan dan mengatasi gangguan yang diderita. Mengalihkan fokus dari apa yang dirasakan bisa menjadikan diri merasa lebih nyaman dengan apa yang dilakukan. Menciptakan karya sebagai bentuk terapi penanganan BPD ini lah yang menjadi daya tarik tersendiri. Dalam tugas akhir ini terdapat tiga unsur yang menjadi pendukung dalam dibuatnya laporan tugas akhir ini diantaranya , gangguan itu sendiri *Borderline Personality Disorder*, psikologi seni, dan terapi seni (*Art Therapy*).

C.2. Rumusan / Tujuan

Dari gagasan yang disampaikan diatas, dapat di rumuskan beberapa pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana gangguan BPD ini bisa direfleksikan menjadi ide yang dapat divisualisasikan sebagai penciptaan seni grafis?
2. Bagaimana menyalurkan perasaan-perasaan yang dirasakan penulis dari gangguan BPD ini sehingga menjadi bentuk karya visual?
3. Sebagai sarana kontemplasi bagi penulis.

Adapun tujuan penciptaan karya tugas akhir ini adalah:

1. Sebagai sarana pengalihan fokus, pengendalian emosi bagi penulis.
2. Sebagai sarana motivasi untuk menjalani hidup yang lebih positif dan terstruktur.

C.3. Teori dan Metode

A. Teori

Borderline Personality Disorder, gangguan ketidakstabilan emosi, yang mampu merusak citra diri bagi penderita. Gangguan ini datang tidak menentu dan tanpa alasan yang jelas, dan menyebabkan disfungsi kepribadian sehingga menjalar kepada masalah-masalah lainnya seperti, serangan panik, depresi, hingga menyakiti diri sendiri. Gangguan ini sangatlah mengganggu kepribadian diri dalam menjalani kehidupan yang ada. Sehingga permasalahan ini menjadi sangat penting untuk di bahas dalam tugas akhir yang mengangkat tema psikologis ini.

Berbagai macam faktor mempengaruhi dalam melakukan hal apapun termasuk dalam berkarya. Sebagai manusia dengan permasalahan psikologi, menyalurkan perasaan, ekspresi dan emosi kedalam karya seni dapat membantu mengungkapkan dan mengatasi gangguan yang dialami. Dalam dunia psikologi, terapi seni mejadi salah satu bentuk psikoterapi yang dipakai untuk penanganan bagi penderita masalah kejiwaan, atau kesulitan dalam mengungkapkan perasaan. menurut *The British Associations of Art Therapy* dalam buku *Art Therapy* menjelaskan, terapi seni (*Art therapy*) adalah sebagai material ekspresi seni dan refleksi diri¹.

melalui berkesenian terutama menggambar dan seni mencetak. Segala emosi dan keresahan yang ada dalam diri bisa dicurahkan dalam suatu karya untuk menyampaikan perasaan yang sulit disampaikan kepada pengamat. Emosi dan perasaan itu bisa didapat melalui garis yang setiap seniman buat, seperti yang sering dilakukan penulis dengan membuat karya yang detail dipenuhi dengan garis. Garis yang dibuat bermacam-macam mengartikan emosi yang berbeda-beda, seperti yang

¹ Edward David, *Art Therapy* (London; SAGE Publication, 2004), p.2

terdapat dalam karya pada tugas akhir ini. Garis yang berantakan dan spontan mencerminkan kecemasan dan kebingungan yang penulis hadapi dari gangguan kepribadian *Borderline* ini.

B. Metode

Metode yang digunakan dalam proses pembuatan tugas akhir ini diawali dari riset terhadap diri sendiri, mencari tau penyebab gangguan BPD muncul, dan faktor apa yang menyebabkan BPD. Setelah itu penulis mulai mengumpulkan informasi mengenai gangguan kepribadian BPD secara fisik maupun non-fisik.

Proses pembuatan yang spontan dilakukan penulis untuk mengekspresikan diri agar dapat lepas dalam mengerjakan karya, menjadi salah satu metode *Art therapy* yang dilakukan dalam tugas akhir ini. Mengekspresikan perasaan-perasaan yang sulit diungkapkan kedalam gambar membuat diri menjadi lebih tenang dan nyaman.

“Menggambar memberikan kesempatan untuk menghubungkan pikiran dan perasaan mereka dengan cara yang lebih luas dan lebih kaya dari pada mengekspresikan kata-kata”²

Dalam tugas akhir ini pembuatan karya dibagi menjadi 3 fase, yaitu: karya bagian satu betemakan “*COMPLICATED*” dimana pada masa ini, penulis mengingat kembali masa-masa dimana pengalaman buruk itu muncul seperti, *overthinking*, cemas, dan kerumitan diri sendiri. Fase ke dua dalam karya ini bertema “*PENCARIAN*” karya ini menceritakan fase dimana saya mulai mencari jati diri, mencari tau apa yang salah dalam diri saya, dan mencoba bangkit kembali dalam kehidupan yang normal. Dan fase terakhir adalah “*STABIL*”, masa dimana penulis mulai bisa mengontrol gangguan BPD yang dihadapinya, dan mencoba berdamai dengan gangguan tersebut.

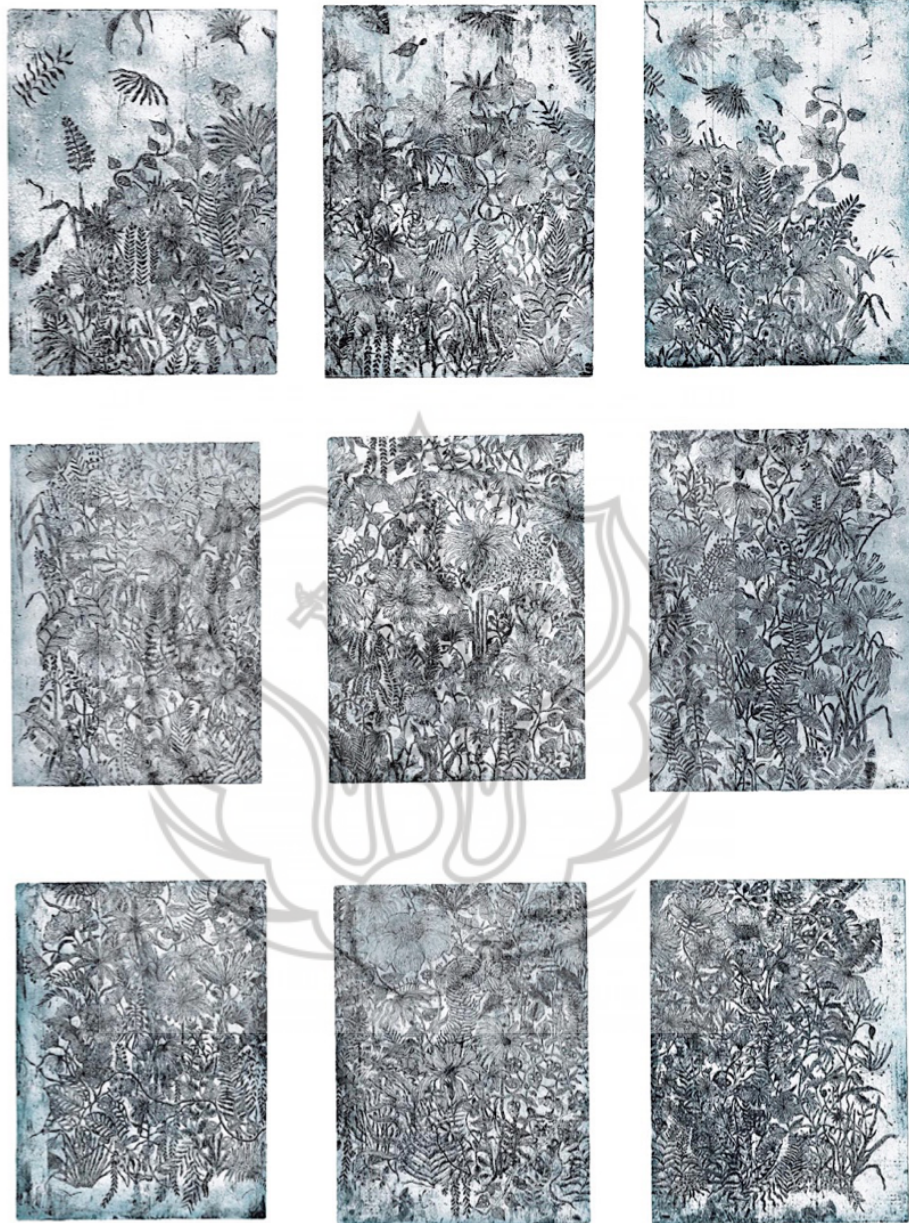
Teknik yang digunakan dalam tugas akhir ini ada dua macam, *Etching* dan *Cyanotype*. Teknik Etching yang digunakan pada teknik ini lebih kepada proses pembuatan yang disiplin, kenyamanan, konsistensi dan eksplorasi dalam

² Oster D. Gerald, Crone Patricia, *Using Drawing in Assessment and Therapy: Second Edition* (New York: Brunne-Routledge, 2004), p.2

menyelesaikan suatu karya, sehingga dapat membantu penulis dalam mengatur emosi dan belajar untuk bertanggung jawab pada apa yang dibuat. Sedangkan Teknik *Cyanotype* dipakai pada karya “Unconscious Experiment”, eksplorasi dan pengaturan komposisi pada proses pembuatan menjadi terapi bagi penulis dalam mengekspresikan keinginan yang sulit tersalurkan. Proses yang menyenangkan dan terhindar dari tekanan yang berat, menghasilkan eksplorasi bentuk dan hasil yang beragam



D. Pembahasan Karya



Gb. 1. Hestrini Ayu Putri, "*COMPLICATED 1-IX*"

Etching di atas kertas

22,6cm x 17cm (persatu karya)

2018

Dalam fase pertama tentang kerumitan, terdapat 9 seri karya yang berhubungan dengan keresahan diri. Konflik batin yang tidak kunjung henti menyulitkan diri hingga mengakibatkan munculnya masalah mental dan kualitas hidup yang rendah. Penggambaran pengalaman suram yang dialami, tercerminkan dari banyaknya garis-garis kecil yang detail yang secara sadar tidak sadar dibentuk dari setiap seri, mengartikan bahwa kerumitan dalam diri cukup merusak kepribadian. Karya ini secara tidak sadar membentuk suatu objek, menghadirkan figur tumbuhan yang merepresentasikan keinginan, harapan dan kasih sayang yang diinginkan dalam hidup.

Banyaknya unsur repetisi garis pada karya ini dibuat untuk mengalihkan fokus, mengatasi emosi dan menyalurkan ekspresi. Pembuatan karya dimulai dari kanan bawah sampai kiri atas, ketika pembuatan panel karya pertama penulis merasa dikerjakan seperti sebuah prolog. Hal ini karena karya tersebut masih sangat awal sehingga emosi yang ada belum terlalu intim. Namun semakin dilanjutkan ke panel karya berikutnya, dirasakan luapan emosi ke arah yang positif namun liar. Penulis menjadi semakin fokus, konsisten dan percaya diri tinggi pada karya yang dibuat, emosi yang ada lebih tertata/ terkontrol dan kenyamanan dalam proses berkarya meningkat. Setelah karya selesai terkadang penulis yakin bahwa yang dituangkan kedalam karya adalah luapan emosi.

Unsur tumbuhan pada karya ini terbentuk secara spontan melalui garis-garis kecil tanpa disengaja. Penulis hanya terus menggambar mengikuti emosi yang dirasakan. Setelah karya mulai terlihat hasilnya, ditemukan beberapa tanda/ simbol yang ternyata dapat mewakili apa yang dirasakan. Simbol-simbol tersebut muncul tanpa disengaja (berasal dari alam bawah sadar) hingga dapat dimaknai apa yang dirasakan dan dialami. Bunga-bunga yang terlepas dari rombongann mengartikan harapan-harapan positif akan diri sendiri.



Gb. 2. Hestrini Ayu Putri “#Unconscious Experiment” 20-38

Cyanotype di atas kertas
2017

(Sumber: Dokumentasi pribadi, 2019)

Karya 19-27 adalah proses belajar membebaskan pikiran tanpa ditakuti rasa cemas dan *Overthinking*. Kesulitan dalam penyaluran emosi dan perasaan akibat gangguan BPD, menjadi rintangan dalam membuat karya. Terkadang proses berkarya yang terlalu dipikirkan, menimbulkan kesulitan dalam membuat karya yang harus dibuat.

Cyanotype dipilih karena proses yang penuh dengan ketidakterdugaan dari hasil cetakan yang dibuat. Sehingga terdapat kecocokan dengan teknik tersebut. Hasil dari karya *Cyanotype* yang tak terduga, dirasa memunculkan kegembiraan akan hasil dari proses tersebut. Pembuatan karya *Cyanotype* dapat mengalihkan perhatian akan kecemasan-kecemasan yang ada pada diri.

E. Kesimpulan

Borderline Personality Disorder adalah penyakit psikologis yang mengganggu kepribadian seseorang termasuk yang dialami oleh penulis, mempunyai efek samping dalam perilaku individu baik dari segi emosi atau perasaan. Gangguan ini mempunyai tanda-tanda ketidakstabilan diri, perilaku, dan emosi pada penderitanya, seperti contoh yang ada dalam diri misalnya perubahan suasana hati yang signifikan, tidak percaya diri, Kecemasan berlebihan, dan sensitif. Gangguan Kepribadian (BPD) masih sangat asing dalam lingkungan sekitar kita, kurangnya kepedulian masyarakat tentang kesehatan psikologis membuat penyakit ini menjadi masalah yang sulit dihadapi bagi penderitanya. Kesulitan dalam mengungkapkan perasaannya sendiri, takut dicap “aneh” oleh masyarakat, dan termasuk cara pandang orang tentang para penderita gangguan psikologis yang masih di anggap “hanya mencari sensasi” menjadi bibit-bibit yang akan menimbulkan depresi dan stres bagi penderitanya.

Gangguan BPD direfleksikan kedalam karya tugas akhir ini melalui proses bekesenian, seni grafis dapat menjadi proses penyembuhan (*Art therapy*) bagi diri. Proses kreatif dalam pembuatan karya dan proses berkesenian dengan teknik cetak (*Printmaking*), dapat menyalurkan emosi-emosi negatif yang sulit disalurkan dengan menggunakan proses berkesenian. Menyalurkan perasaan-perasaan dengan Menggambar dan mencetak dengan teknik grafis (*intaglio* dan *Cyanotype*) dapat mengalihkan fokus dari kecemasan-kecemasan dan *overthinking* yang terkadang datang tiba-tiba, Proses pembuatan karya grafis dan *Cyanotype* juga menjadi penanganan dalam menghadapi gangguan yang diderita. Langkah-langkah dalam pembuatan karya dirasa menjadi proses latihan disiplin dan konsisten dalam bertanggung jawab pada kehidupan diri yang rumit. Visualisasi yang dibentuk dalam karya tugas akhir ini secara tidak langsung tidak terpaku pada simbol dan makna. Penulis membiarkan diri menjelajahi alam bawah sadar ketika membuat karya hingga terkadang memunculkan sendiri bentuk-bentuk yang terjadi dari pengolahan-rasa diri.

Teknik Cyanotype dan Etching dirasa berhasil membuat penulis mengendalikan diri dari distraksi-distraksi yang selalu mengganggu pikiran dan perilaku, langkah-langkah pada pembuatan karya menjadi lebih konsisten dalam menanggapi permasalahan. Dari kedua teknik yang digunakan Etching menjadi terapi paling berpengaruh dalam proses pembuatan karya tugas akhir ini, keintiman dengan material, studio dan cara kerja yang disiplin dan tertata membuat perasaan cemas dan takut menghilang. Proses berkesenian melalui seni grafis akan selalu penulis tekuni, membuat karya seni grafis menjadi salah satu bagian dalam proses kehidupan yang dijalani penulis dalam pencarian jati diri sesungguhnya.



F. Daftar Pustaka

Edward David, “*Art Therapy*“, London; SAGE Publication, 2004

Gerald, Oster D. and Crone Patricia, “*Using Drawing in Assessment and therapy*“, New York: Brunner-routledge, 2004

